جديد

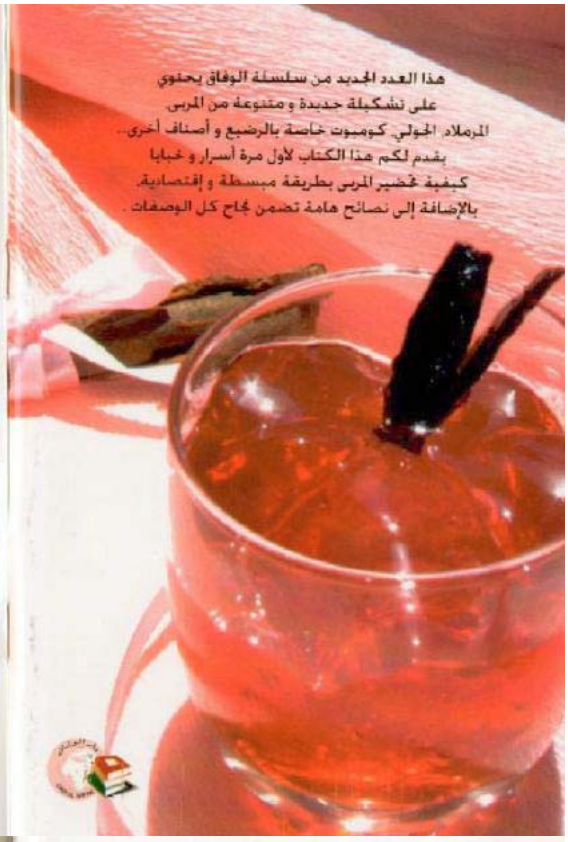
بشرى الموساوي الرحالي

سلسلة الوفاق

المربى

(المارملاد، الجولي، كومبوت و فواكه بالسيرو)

هذا العدد الجديد من سلسلة الوفاق يحتوي
على تشكيلة جديدة و متنوعة من المربى،
المرملاد، الجولي، كومبوت خاصة بالرضيع و أصناف أخرى...
يقدم لكم هذا الكتاب لأول مرة أسرار و خبايا
كيفية تحضير المربى بطريقة مبسطة و إقتصادية،
بالإضافة إلى نصائح هامة تضمن نجاح كل الوصفات.



مربى المشمش

المقادير

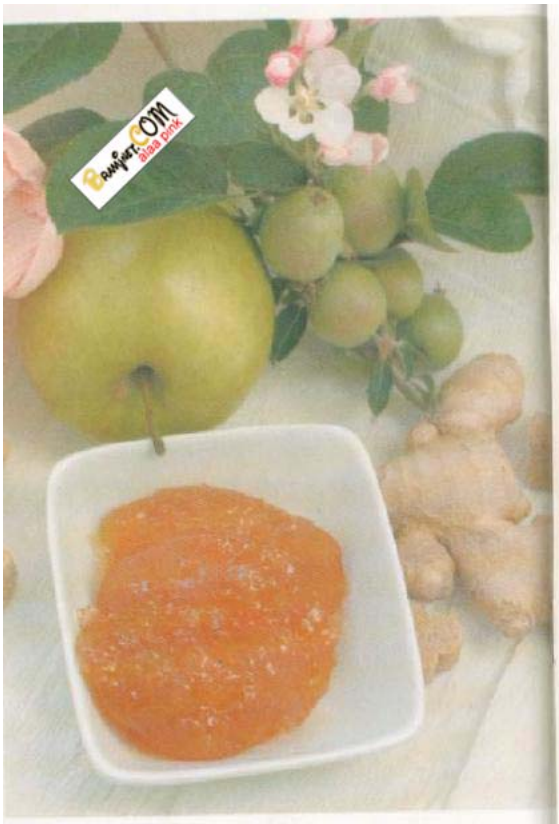
- 1 كلغ مشمش من غير نواة
- 1 كلغ سكر سنيدة
- 8 لوزات نواة المشمش

طريقة التحضير

- تغسل الفاكهة و تقسم إلى نصفين، تزال النواة و يحتفظ ببعضها.
- في إناء يخلط السكر مع المشمش و يترك 3 ساعات لينقع.
- يوضع الإناء على نار معتدلة مع التحريك حتى الغليان.
- تفتح نواة المشمش، تؤخذ اللوزات وتنقع في ماء مغلي مدة دقيقة ثم توضع في ماء بارد و تزال القشرة.
- تضاف اللوزات المقشرة إلى الإناء، تزال الرغوة أثناء الطهي الذي يستغرق 45 دقيقة تقريبا.
- يترك ليبرد في الإناء مدة 15 دقيقة، ثم يملئ المربى في قنينات معقمة، يغطى بإحكام و تقلب القنينات جهة الغطاء إلى الأسفل ليلة كاملة.
(تستعمل طريقة ملئ القنينات في كل وصفات المربى).

ملحوظة

ليس هناك وقت محدد لنضج المربى.
احسن أنواع المشمش هو ذلك البرتقالي المنقط بالأحمر.



مربى التفاح

المقادير

- 1 كلغ تفاح أخضر
- 2 حامضات
- 1 كلغ سكر سنيدة
- 3 كؤوس ماء
- قطعة صغيرة من الزنجبيل الطري (2 سنتيم) إختياري

طريقة التحضير

* يقشر الحامض و يحتفظ بالقشرة. يعصر و يخلط مع الماء.
* يقشر التفاح و يحتفظ بالقشرة. يقطع قطعا صغيرة. تزال البزور (Pépins) و يوضع في إناء مع الماء و عصير الحامض.
* يقشر الزنجبيل و يقطع حلقات رقيقة.
* في قطعة ثوب نظيفة (حيانى) توضع قشور الحامض، قشور التفاح و الزنجبيل و تربط ثم توضع في الإناء مع التفاح.
* يوضع الإناء فوق النار مدة 15 دقيقة تقريبا حتى يغلي و ينضج التفاح ثم يضاف السكر و يحرك مع الضغط على التفاح لتعجينه قليلا ثم تزال الرغوة.
* يترك الخليط حتى يتخثر و تزال قطعة الثوب مع عصرها بملعقة 5 دقائق قبل نهاية الطهي.

ملحوظة

إذا لم تحترم كمية السكر المحددة أو لم تعقم القنينات جيدا فهذا يؤدي إلى تلف المربى بسبب نمو الفطريات و الخمائر.

مربى البرتقال

المقادير

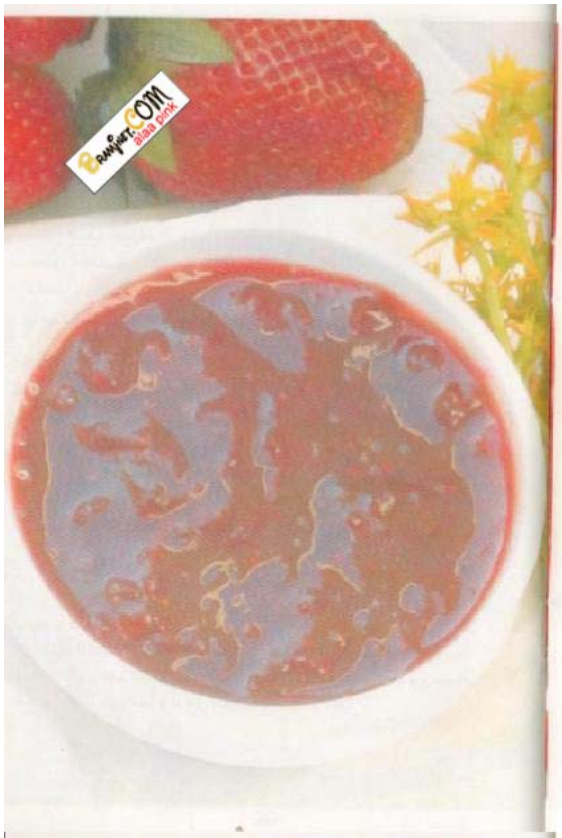
- 1 كلغ برتقال
- 1 كلغ سكر سنيدة
- حامضة

طريقة التحضير

* تنظف الفواكه جيدا وتقشر و تزال القشرة البيضاء.
* تقطع قشرة الحامضة و برتقالة واحدة بالطول قطعا جد رقيقة.
* يقطع اللب دوائر تزال البزور و يخلط مع السكر و القشور لينقع 3 ساعات في إناء.
* يوضع الإناء فوق نار معتدلة مع إزالة الرغوة. و يطهى لمدة 45 دقيقة تقريبا.

ملحوظة

إذا كنتم تتوفرون على ميزان السكر فدرجة حرارة نضج المربى تتراوح بين 109°-116°.



مربى الفريز

المقادير

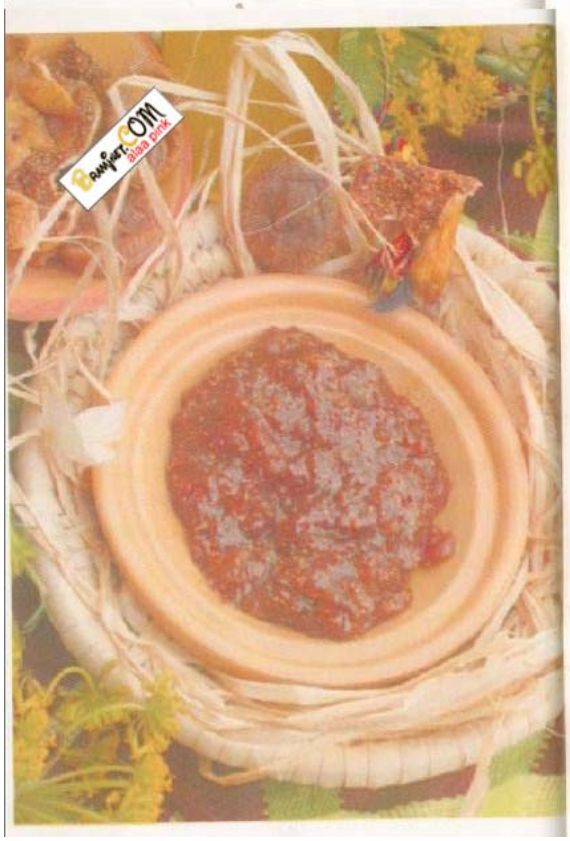
- 1 كلغ فريز
- 1 كلغ سكر سنيدة
- عصير حامضة

طريقة التحضير

* ينظف الفريز جيدا. تزال الأوراق الخضراء و الطرف الأخير. ثم يقطع قطعا صغيرة و توضع في إناء مع السكر لينقع مدة 3 ساعات.
* يوضع الإناء على نار هادئة مع التحريك بملعقة خشبية حتى يذوب السكر ثم تقوى النار حتى الغليان.
* يضاف عصير الحامض. تخفض النار. تزال الرغوة و يكمل الطهي مدة 40 دقيقة تقريبا.

ملحوظة

عصير الحامض يحافظ على لون المربى و يحسنه.
عدم دوبان السكر يعرضه للاحتراق مما يفسد طعم المربى.



مربى التين الجاف

المقادير

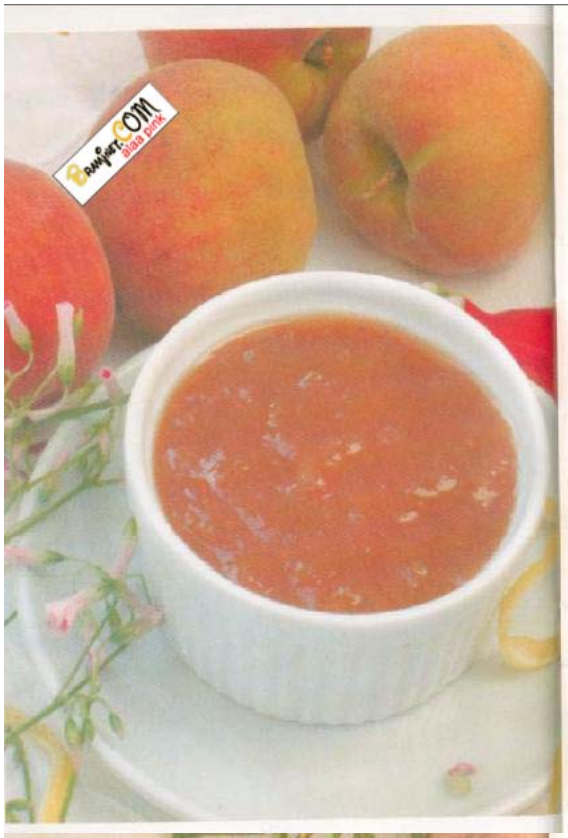
- 1 كلغ من التين الجاف (الشريحة)
- 800 غ سكر سنيدة
- عصير حامضة
- كأسان من الماء
- ملعقتان صغيرتان من قشرة الحامض المبشورة

طريقة التحضير

* يغسل التين جيدا ويطهى بالبخار لمدة نصف ساعة.
* تزال رؤوس التين. يقطع مكعبات صغيرة و يضاف له الماء.
* يوضع الإناء فوق نار معتدلة حتى ينصح .
* يضاف السكر مع التحريك. بعد الغليان يضاف عصير و قشرة الحامض.
* يطهى مدة 35 دقيقة ثم يطحن في مطحنة الخضر و يعاد ليغلي حتى يتخثر.

ملحوظة

لتعقيم القنينات توضع في إناء كبير به ماء بارد. يوضع فوق النار لمدة 10 دقائق بعد الغليان. ثم تستقطر فوق منديل نظيف أو ورق نشاف بسخن الفرن ثم يطفأ و تدخل القنينات لتجف تماما



مربى الخوخ

المقادير

- 1 كلغ خوخ (اللب)
- 1 كلغ سكر سنيدة
- 1/2 عصير حامضة

طريقة التحضير

* تغسل الفاكهة كاملة تنقع في ماء مغلي لمدة دقيقة و توضع في ماء بارد ثم نقشر.
* يقسم الخوخ إلى نصفين، نزال النواة و يقطع شرائح سميكة تخلط مع السكر في إناء و يترك 3 ساعات لينقع
* يوضع الإناء على نار معتدلة مع التحريك و إزالة الرغوة بعد الغليان يضاف عصير الحامض.
* يطهى لمدة 40 دقيقة تقريبا.

ملحوظة

لاختبار نضج المربى، يرفع الإناء من فوق النار توضع ملعقة صغيرة منه في طبق بارد جدا، إذا بدئ في التجمد بعد برهة فهذا يدل أنه نضج. إذا بقي سائلا نضاف 5 دقائق أخرى. تكرر التجربة إذا لزم الأمر.

مربى حب الملوك

المقادير

- 1 كلغ حب الملوك (اللب)
- 1 كلغ سكر سنيدة
- 1/2 عصير حامضة

طريقة التحضير

* ينظف حب الملوك و يزال الذيل والنواة.
* يخلط السكر مع حب الملوك و يترك 3 ساعات لينقع في إناء.
* يوضع الإناء على النار مع التحريك. بعد الغليان تزال الرغوة.
* يضاف عصير الحامض و يطهى المربى لمدة 45 دقيقة تقريبا على نار معتدلة.

ملحوظة

إذا ظهرت حبيبات من السكر على جوانب قنينة أي مربى معنى هذا أن نسبة الحموضة قليلة، يستحسن طهيه مرة أخرى مع إضافة عصير حامضة.

مربى الإجاص

المقادير

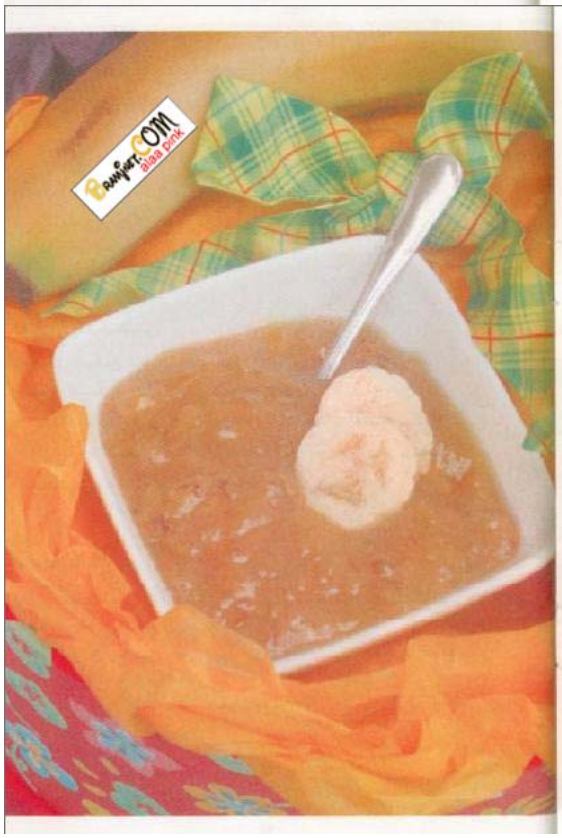
- 1 كلغ إجاص (اللب)
- 1 كلغ سكر سنيدة
- 1/2 عصير حامضة
- 1 كأس ماء

طريقة التحضير

* ينظف الإجاص، نزال القشرة والبزور، يقطع شرائح بالطول جد رفيقة.
* توضع في إناء مع الماء و عصير الحامض، يضاف السكر و يترك 3 ساعات لينقع.
* يوضع الإناء على نار معتدلة، يطهى لمدة 30 دقيقة تقريبا.
* يطحن في مطحنة الخضر ثم يوضع فوق النار لمدة 10 دقائق تقريبا.

ملحوظة

إذا طهي أي المربى أكثر من اللازم نطفأ النار ثم يضاف قليل من الماء الغليان يحرك حتى الحصول على الكثافة المرغوب فيها.



مربى الموز

المقادير

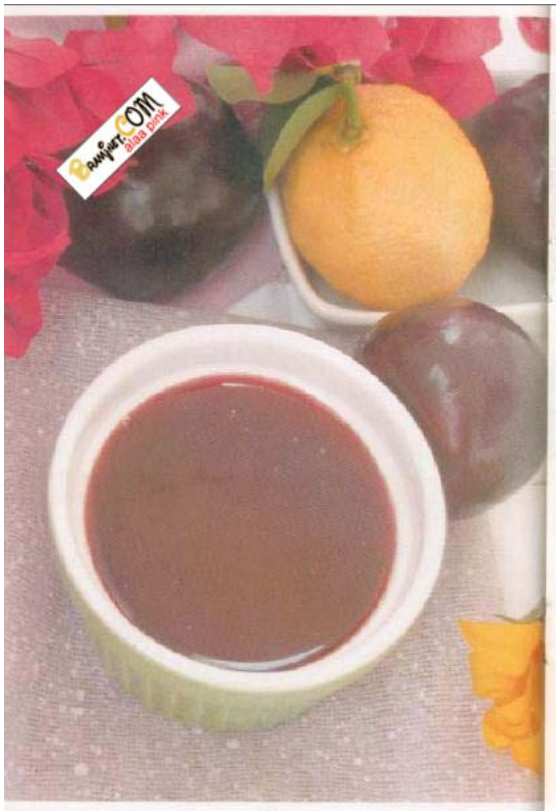
- 1 كلغ موز (البنان)
- 750غ سكر سنيدة
- عصير حامضتين
- كأس ماء

طريقة التحضير

* ينشر الموز نزال الخيوط العالقة باللب، يقطع حلقات رقيقة و يوضع في إناء مع كأس الماء، عصير الحامض و السكر.
* تقطع قشور الحامض قطعا رقيقة و توضع في قطعة ثوب و تربط.
* يوضع إناء الموز فوق النار، عند الغليان توضع ربطة الثوب و يترك ليغلي 3 دقائق.
* يرفع الإناء من فوق النار يغطى و يترك 12 ساعة.
* يوضع مرة ثانية على النار حتى يغلي مدة 15 دقيقة تقريبا.
* تزال قطعة الثوب بعد عصرها جيدا 5 دقائق قبل نهاية الطهي

ملحوظة

يجب اختيار فاكهة ذات جودة عالية و هذا ينطبق على كل وصفات المربى.



مربى البرقوق الأحمر

المقادير

- 1,250 كلغ برقوق
- 1 كلغ سكر سنيدة
- 1/2 عصير حامضة

طريقة التحضير

* يغسل البرقوق. تزال النواة و يقطع اللب.
* يضاف السكر و يترك مدة 3 ساعات لينفع.
* يوضع الإناء على النار حتى الغليان ويضاف عصير الحامض و تزال الرغوة.
* يطهى لمدة 35 دقيقة تقريبا على نار هادئة، ثم يطحن في مطحنة الخضر.
* يعاد المربى فوق النار لمدة 5 دقائق بعد الغليان.

ملحوظة

تكون نسبة السكر المستعمل في المربى 40% فقط بالنسبة للفواكه كثيرة الحلاوة و 50% بالنسبة للفواكه الأخرى.
عند نضج المربى تصبح هذه النسبة 65 % ما يمنع نمو الفطريات و الخمائر. لذلك يعتبر السكر معقما.

مربى الكيوي

المقادير

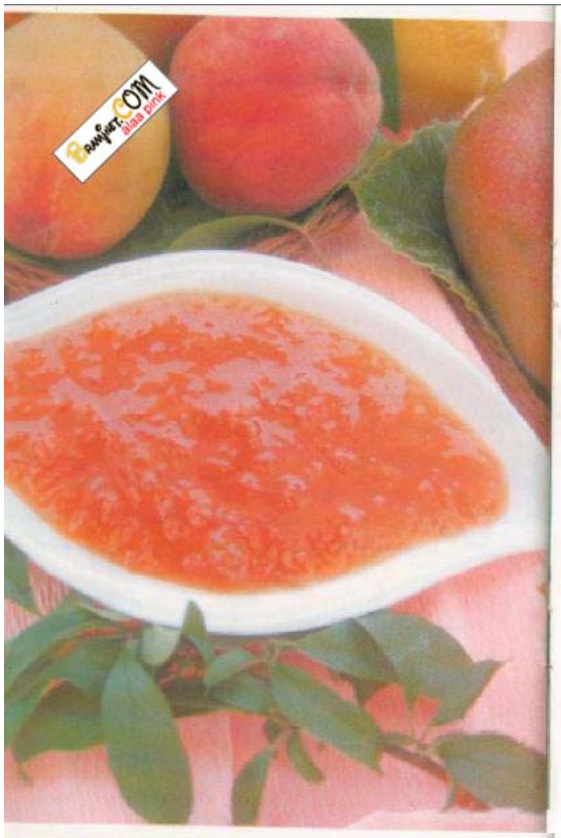
- 1 كلغ كيوي
- 800 غ سكر سنيدة
- قشرة حامضة

طريقة التحضير

* يقشر الكيوي و يقطع دوائر.
* تقطع قشرة الحامض رقيقة جدا و توضع في إناء مع كأس كبير من الماء، تطهى حتى النضج. تصفى و يحتفظ بها جانبا.
* في إناء يوضع الكيوي و السكر و قشرة الحامض. يطهى الكل فوق نار معتدلة مع التحريك حتى يذوب السكر ثم تقوى النار و يطهى مدة 20 دقيقة.

ملحوظة

يمكن صنع أنواع مختلفة من المربى بالفواكه الغريبة (Exotiques) مثل الأناناس، الباباي، الكاكي بنفس الطريقة.



مربى الموز و الخوخ

المقادير

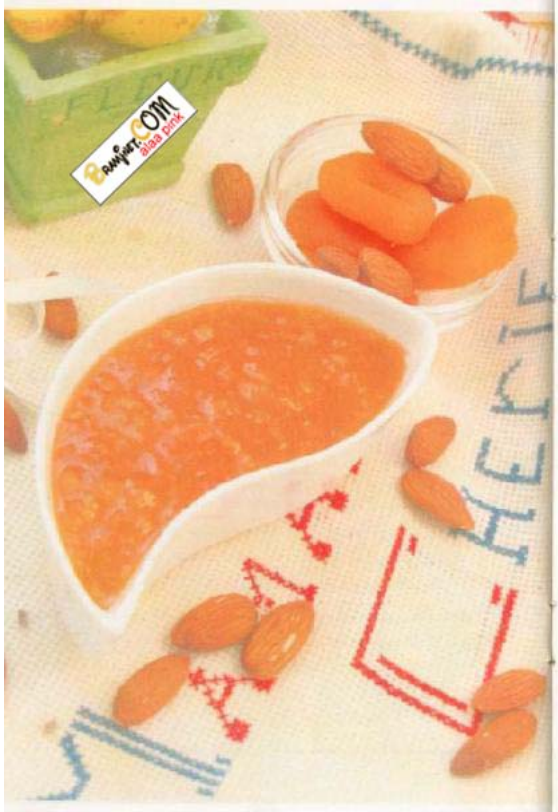
- 500غ موز
- 500 غ خوخ
- 1 كلغ سكر سنيدة
- عصير حامضة
- كأس ماء

طريقة التحضير

* يقشر الموز. تزال النواة و توضع في قطعة ثوب ثم تربط و تطهى مع عصير حامضة و كأس ماء مدة 15 دقيقة. ترمى النواة و يحتفظ بعصارتها.
* يقطع الخوخ. تزال النواة و يضاف اللب إلى لب الماغ المقطع مع السكر و العصارة.
* يطهى الخليط مدة 15 دقيقة مع التحريك. و يطحن في مطحنة الخضر
* يعاد المربى فوق النار مدة 15 دقيقة تقريبا.

ملحوظة

يحتفظ بالفواكه الموسمية في الجمدة لإستعمالها طوال السنة.



مربى المشمش الجاف باللوز

المقادير

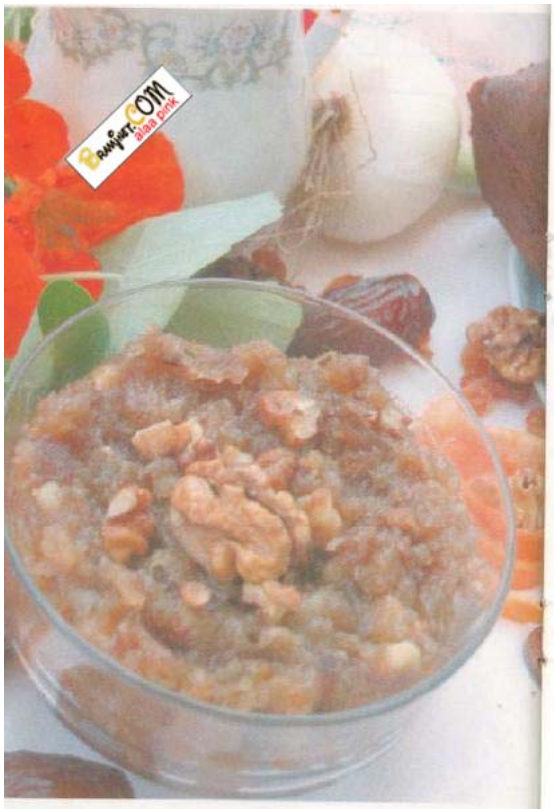
- 500 غ من المشمش الجاف
- 1 لتر ماء
- عصير حامضة
- ملعقتان كبيرتان لوز مقشر و مهرمش

طريقة التحضير

* يغسل المشمش الجاف ثم يوضع في إناء مع الماء لينقع 24 ساعة.
* يوضع الإناء مغطى على النار حتى ينضج المشمش مدة 30 دقيقة تقريبا.
* يضاف السكر و يحرك حتى يذوب ثم يضاف عصير الحامض. مع إزالة الرغوة يطهى مدة 10 دقائق.
* يطحن المربى في مطحنة الخضر ثم يرجع فوق نار معتدلة ويضاف اللوز المهرمش. يكمل الطهي حتى يتخثر المربى 26 دقيقة تقريبا

ملحوظة

أحسن أواني طهي المربى هي النحاسية و الزجاجية الشفافة الخاصة بالطبخ. إذا لم تتوفر تستعمل أواني ذات قعر سميك و جوانب مرتفعة.



شاتني بالتمر

المقادير

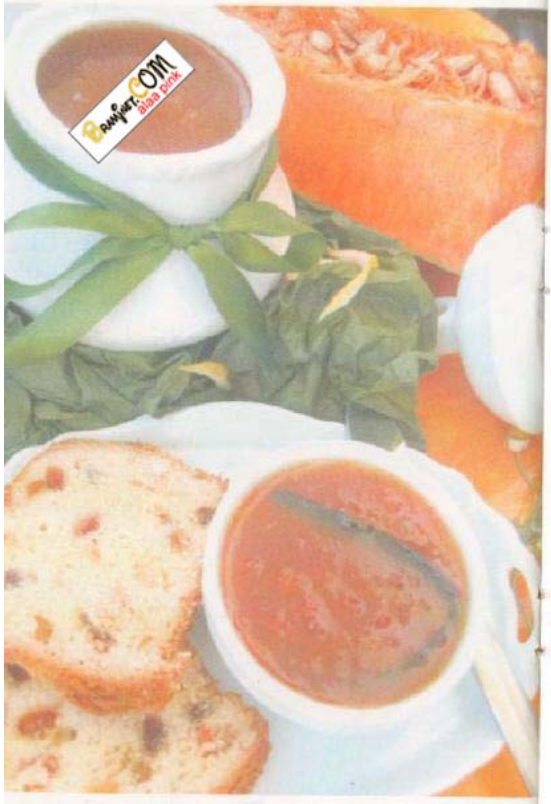
- 500 غ تمر
- 1 كلغ تفاح أخضر
- 250 غ بصل أبيض
- 700 غ سكر سنيدة
- 125 غ زبيب
- 50 غ گرگاع
- عصير و قشرة حامضتين
- 1.5 كأس خل أبيض
- قبضة ملح، إبزار و قليل من الكوزة المحكوكة

طريقة التحضير

- يقطع التفاح أرباعا تزال البزور ويقطع قطعا صغيرة بفرم البصل رقيقا.
- يبخر التمر مدة 10 دقائق تزال القشرة و النواة ثم يقطع
- يخلط التفاح، البصل، التمر، الزبيب مع عصير الحامض، الخل ، الملح و الإبزار، يطهى في إناء على نار هادئة مدة 30 دقيقة مع التحريك.
- يضاف السكر على الخليط و يطهى مع التحريك المستمر ثم تضاف الكوزة و قشرة الحامض و الگرگاع محمص مقشر و مهرمش 10 دقائق قبل نهاية الطبخ حتى يصبح الخليط متماسكا.

ملحوظة

هذه وصفة إنجليزية، تستعمل كالربى أو كصلصة مرافقة للمشويات و الأطباق الحارة.



مربى القرع الأحمر بالتفاح

المقادير

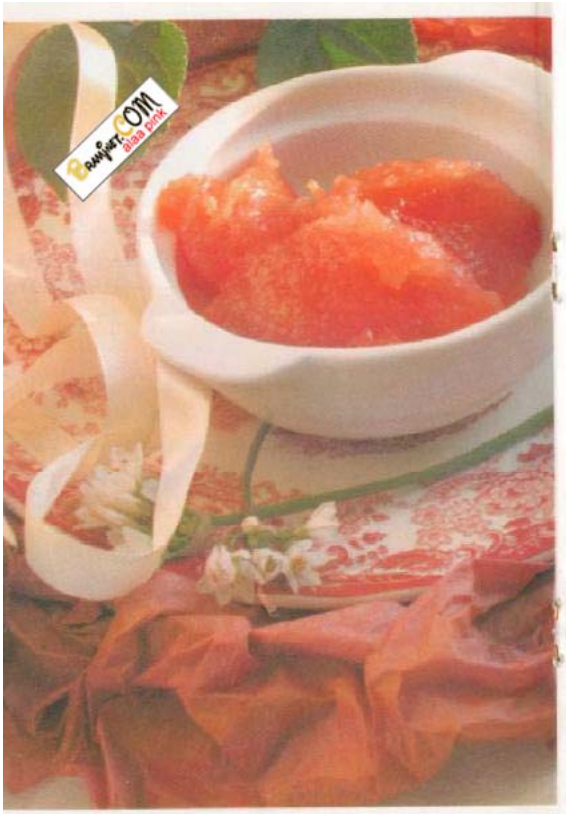
- 1,300 غ قرع أحمر (اللب)
- 500 غ تفاح أخضر
- 1.5 كلغ سكر سنيدة
- ملعقتان كبيرتان عصير حامض
- قشرة حامضة محكوكة
- عود فنيلا أو ملعقة صغيرة من الفنيلا

طريقة التحضير

- يقطع لب القرع مكعبات و يخلط في طبقات متبادلة مع نصف كمية السكر وقشرة الحامضة. يترك مدة 12 ساعة لينتقع.
- يقشر التفاح و تنزع البزور يقطع قطعا صغيرة و يطهى مع قليل من الماء حتى ينضج.
- يضاف التفاح و باقي السكر إلى القرع مع عود فنيلا مقصوم إلى نصفين على نار هادئة حتى يذوب السكر ثم يضاف عصير الحامض.
- تقوى النار و يترك الإناء يغلي مع إزالة الرغوة حتى يختر المربى 35 دقيقة تقريبا.

ملحوظة

الفنيلا و التفاح يضيفان نكهة رائعة لهذا المربى.



مربى السفرجل

المقادير

- 1 كلغ سفرجل
- 1 كلغ سكر سنيدة
- ملعقة كبيرة عصير حامض
- 1 كأس ماء

طريقة التحضير

- يغسل السفرجل جيدا، يقشر، تزال البزور الأجزاء الصلبة ويقطع قطعا صغيرة.
- يوضع في إناء مع الماء و عصير الحامض يطهي لمدة 15 دقيقة تقريبا ثم يطحن في مطحنة الخضر.
- يرجع مرة ثانية فوق النار، يضاف السكر و يحرك حتى يذوب.
- يترك يغلي حتى يتكثف.

ملحوظة

يمكن تخزين السفرجل و ذلك بطهيه بالبخار ثم تجميده.

مربى الجزر

المقادير

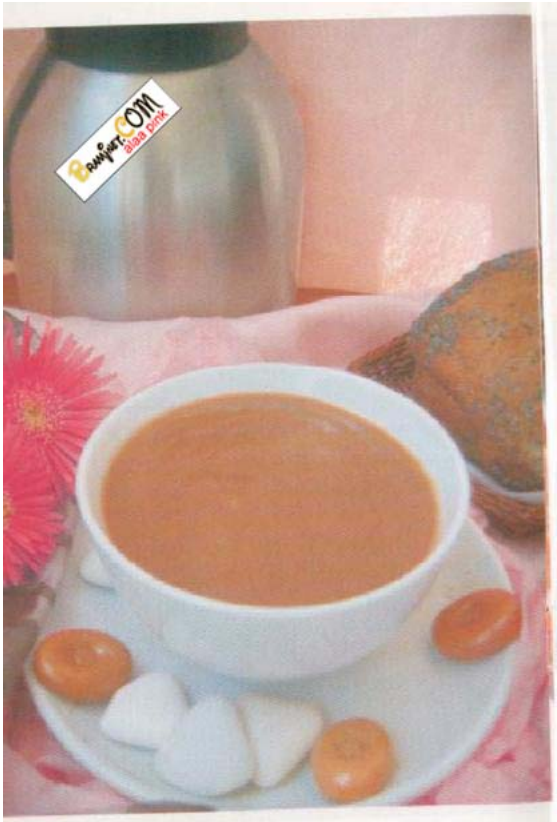
- 1 كلغ جزر
- 1 كلغ سكر سنيدة
- ملعقة كبيرة عصير حامض
- ملعقة كبيرة قشرة حامض مبشورة

طريقة التحضير

- يغسل الجزر، يقشر ويحك في محكة غليظة.
- في إناء، يوضع الجزر طبقات متبادلة مع السكر لينقع مدة 3 ساعات.
- يوضع الإناء فوق نار معتدلة مع التحريك حتى يذوب السكر.
- تقوى النار على الإناء حتى ينضج الجزر، لمدة 20 دقيقة تقريبا.
- تخفض النار و يطهى حتى يتخثر الخليط ثم يضاف عصير و قشرة الحامض 5 دقائق قبل نهاية النضج.

ملحوظة

هذا المربى يمكن تناوله مع الأطباق المالحة و الحلوة.



مربى الحليب

المقادير

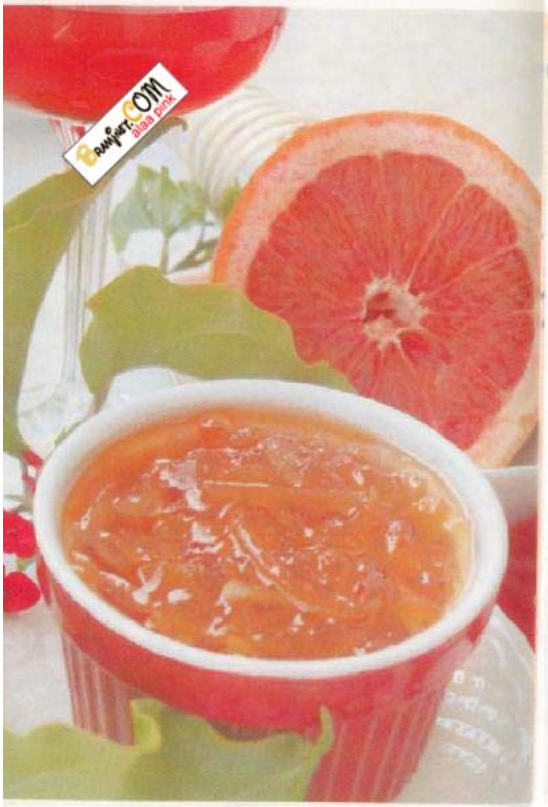
- 1/2 لتر حليب
- 500 غ سكر سنيدة
- ملعقة كبيرة نشا

طريقة التحضير

* في إناء يوضع السكر فوق نار هادئة حتى يصبح كاراميل.
* يضاف إليه الحليب الساخن و يحرك الخليط حتى ينجانس.
* تضاف ملعقة النشا مذوبة في قليل من الماء.
* يحرك الخليط حتى يتختر.

ملحوظة

يمكن تناول هذا المربى مع الفواكه الجافة و المكسرات.
يستعمل أيضا كصلصة مرافقة مع الكيك و الحلويات.



مرملاد البمبلموس

المقادير

- 1 كلغ بمبلموس
- سكر سنيدة
- عصير حامضتين
- ماء

طريقة التحضير

* يقشر البمبلموس و يقطع اللب قطعا صغيرة.
* يوضع الإناء فوق نار هادئة مع عصير الحامض و لتر ماء لمدة ساعة.
* تقطع قشور الحامض و البمبلموس بالطول شرائط جد رقيقة، توضع في ثوب و تربط. يضاف لها لتر و نصف ماء ثم توضع في إناء آخر فوق النار. يطهى لمدة ساعة.
* تضاف عصارة القشور إلى الإناء الأول و يحتفظ بالقشور.
* توضع مصفاة مغطات بثوب فوق إناء و يصفى الخليط مدة ليلة كاملة.
* يوزن العصير المحصل عليه و يضاف السكر بمقدار 750غ لكل لتر من العصير ثم تضاف القشور و يطهى الكل على نار قوية لمدة 20 دقيقة تقريبا.

ملحوظة

إذا بقيت المارملاد سائلة تطهى 5 دقائق أخرى.
يمكن صنع مارملاد البرتقال بنفس الطريقة.

مرملاد الحامض (الليمون)

المقادير

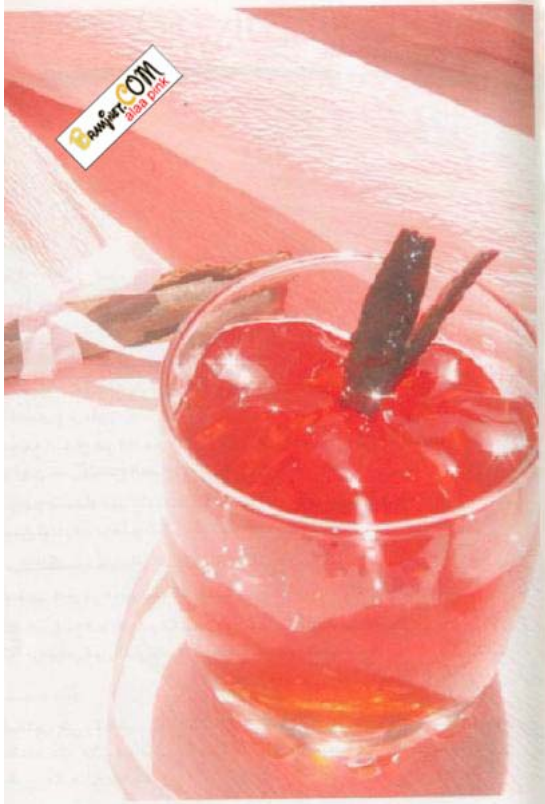
- 1 كلغ حامض
- 1 كلغ سكر سنيدة

طريقة التحضير

* يغسل الحامض جيدا تزال القشور و يحتفض بنصفها، تقطع بالطول شرائط رقيقة جدا.
* يفصل اللب و تزال البزور.
* في إناء يخلط اللب مع القشور و يضاف الماء الكافي لتغطيته و يترك لينقع 48 ساعة، يغير الماء خلالها كل 8 ساعات ثم يستقطر.
* يضاف له الماء الكافي لتغطيته، يطهى حتى ينضج ثم يستقطر.
* يضاف له السكر و يحرك ثم يطهى على نار قوية مدة 20 دقيقة تقريبا.

ملحوظة

إذا تعدى طهي المرملاد أكثر من اللازم فإنه يصبح كالعسل و طعمه مر.



جولي السفرجل

المقادير

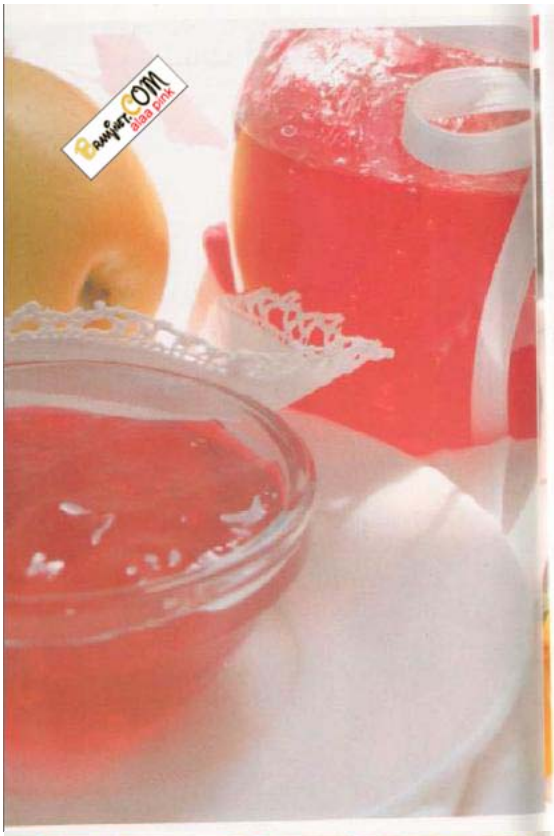
- 1 كلغ سفرجل
- 1 كلغ سكر سنيدة تقريبا
- عود قرفة
- عصير حامضة

طريقة التحضير

* يغسل السفرجل يمسح جيدا و ينقى.
* توضع قشرة السفرجل مع قليل من الماء و تطهى مدة 30 دقيقة و يحتفظ بمائها.
* يقطع السفرجل أرباع تزال البزور و الأجزاء الصلبة، يقطع اللب قطعا صغيرة و يطهى مع ماء كافي لتغطيته لتر ماء تقريبا حتى ينضج. توضع صفاية فوق إناء تغطى بقطعة ثوب و يصفى السفرجل مع الضغط عليه قليلا بالملعقة.
* تخلط عصارة اللب مع عصارة القشور و يضاف السكر بمقدار 1 كلغ لكل لتر عصير مع عود قرفة.
* يوضع الإناء فوق نار قوية مع عصير حامضة. يترك يغلي مدة 20 إلى 25 دقيقة.
* يرفع الإناء من فوق النار و يترك 15 دقيقة ليبرد ثم تملأ القنينات و تغطى بإحكام . تبدأ الجولي بالتجمد بعد بضع ساعات.

ملحوظة

تحتوي الفواكه على نسب متفاوتة من البكتين أعلاهما نسبة هما التفاح و السفرجل لذلك يصنع منهما الجولي بسهولة.



جولي التفاح

المقادير

- 1 كلغ تفاح أخضر
- عصير حامضة
- سكر
- نكهة الفريز
- ملون أحمر

طريقة التحضير

* يقشر التفاح، يقسم أرباع، نزال البزور ، توضع في قطعة ثوب مع القشور و تربط.
* يوضع التفاح في إناء مع كأس ماء و عصير حامضة وقطعة الثوب يطهى حتى ينضج التفاح.
* توضع مصفاة فوق إناء تغطى بقطعة ثوب، يوضع بها الخليط، تجمع الأطراف، تربط و تترك تستقطر مدة ليلة كاملة.
* توزن العُصارة و يضاف السكر بمقدار 750 غ لكل لتر
* يطهى فوق نار قوية مدة 20 دقيقة تقريبا.
* تضاف بضع قطرات من نكهة الفريز و قليل من الملون الأحمر ثم ترفع من فوق النار تصبح متماسكة بعد بضع ساعة

ملحوظة

البكتين هي مادة شبيهة بالنشا (الأميدون) توجد في الفواكه بنسب متفاوتة تساعد على تكثيف المربى، المارملاد و الجيلي. إذا مزجت مع السكر و الحامض على درجة حرارة معينة.

كومبوت للرضيع

المقادير

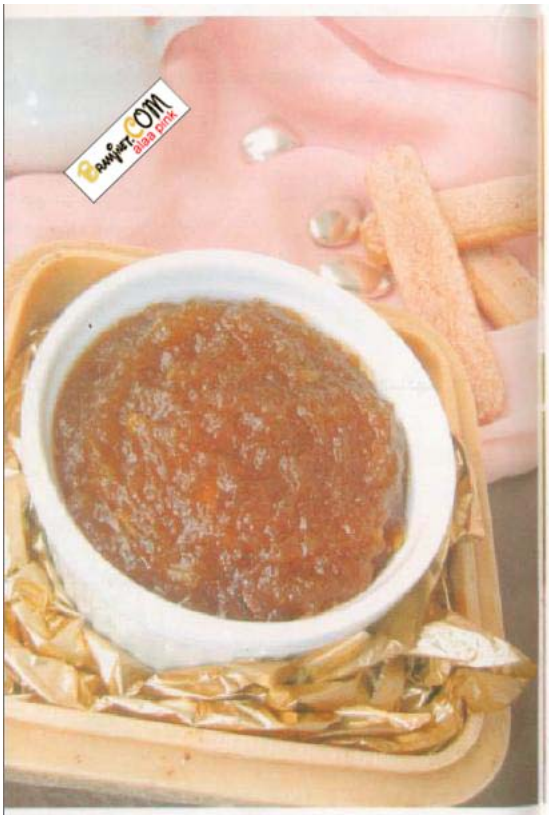
- 1 كلغ تفاح
- 100 غ سكر سنيدة
- 1 لتر ماء
- ملعقة كبيرة من الحامض

طريقة التحضير

* يحضر سيرو من الماء و السكر يترك يغلي لمدة 10 دقائق.
* يقشر التفاح، نزال البزور و يقطع شرائح .
* يطهى التفاح مع كأس من السيرو و عصير الحامض حتى الغليان.
* يعجن أثناء الطهي بملعقة خشبية، ثم يطحن في الخلاط الكهربائي.
* يطهى مرة ثانية لمدة 5 دقائق أخرى.
* توضع الكمبوت في فنينات صغيرة نظيفة تغطى بإحكام و تعقم في حمام مريم لمدة ساعة على درجة حرارة 100°
* توضع في الثلاجة لحين إستعمالها.

ملحوظة

تعطى هذه الكمبوت للرضيع بعد الشهر السادس، يمكن صنع أنواع أخرى بفواكه مختلفة مثل الموز و الإجاص بالسيرو المتبقي.



كومبوت التفاح بالكرميل

المقادير

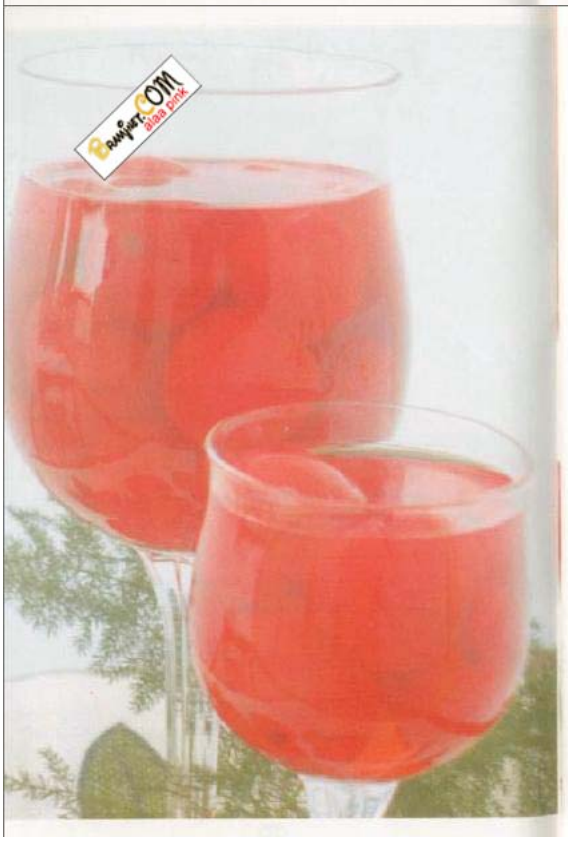
- 1 كلغ تفاح
- 150 غ سكر سنيدة
- 50 غ مسحوق السكر (sucre glace)
- ملعقة صغيرة من عصير الحامض
- 1 كأس الماء

طريقة التحضير

- يوضع السكر، عصير الحامض و الماء في كاسرولة فوق النار حتى يصبح ذهبيا، يرفع من فوق النار قبل أن يصبح لونه غامقا.
- تغطى جوانب الكسرولة بالكارميل و يترك ليبرد.
- يقشر التفاح، يقسم، نزال البزور و يحلى بحكة غليضة.
- يوضع التفاح في الإناء المكرمل فوق نار هادئة لمدة 10 دقائق.
- يضاف مسحوق السكر و يخلط جيدا مع التفاح، يطهى من غير غطاء و بدون التوقف عن التحريك حتى يصبح المخلط متماسك.

ملحوظة

هذه الوصفة تعتبر كنوع من التحلية (dessert) يمكن تناولها مع الكرمة الطرية.



حب الملوك بالسيرو

المقادير

- 2 كلغ حب ملوك
- 400 غ سكر
- 1 لتر ماء
- عصير نصف حامضة

طريقة التحضير

- تغسل الفاكهة و يزال الذبل والنواة برفق حتى لا تنكسر الفاكهة.
- في إناء يخلط الماء، السكر و عصير الحامض ثم يوضع فوق النار.
- بعد 10 دقائق من الغليان تضاف الفاكهة مدة 5 دقائق فقط.
- توضع الفاكهة في قنينات ثم تغطى بالسيرو الساخن.
- تقفل القنينات و تعقم في حمام مريم مدة 40 دقيقة في الفرن على درجة حرارة 100°.

ملحوظة

تستعمل هذه الوصفة في صنع بعض الحلويات و الصلصات المرافقة للكيك.

التفاح بالسيرو

المقادير

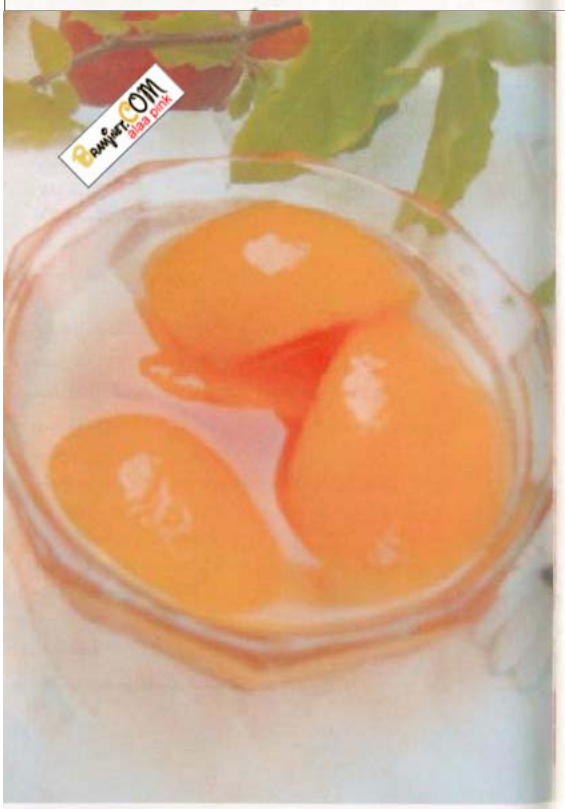
- 1 كلغ تفاح
- 1 لتر ماء
- ملعقة صغيرة من الفنيلا
- 150 غ سكر
- ملعقة صغيرة ملح (10غ)
- نصف عصير حامضة

طريقة التحضير

- يقشر التفاح و يقسم أرباعا و نزال البزور.
- يوضع التفاح في إناء ماء ملح بمقدار 10 غ لكل لتر ماء مع عصير الحامض مدة عملية التقشير.
- يزال التفاح من الماء المملح و يوضع في ماء غليان لمدة 3 دقائق.
- يحضر سيرو من الماء السكر و الفنيلا يترك يغلى مدة 10 د قائق.
- يرفع التفاح من الماء الغليان و يوضع بقنينات معقمة و يغطى بالسيرو الساخن و تغطى القنينات.
- توضع القنينات في حمام مريم مدة نصف ساعة في الفرن على درجة حرارة 100°.

ملحوظة

الماء المملح يحافظ على فيتامين س الذي يحتوي عليه التفاح



الخوخ بالسيرو

المقادير

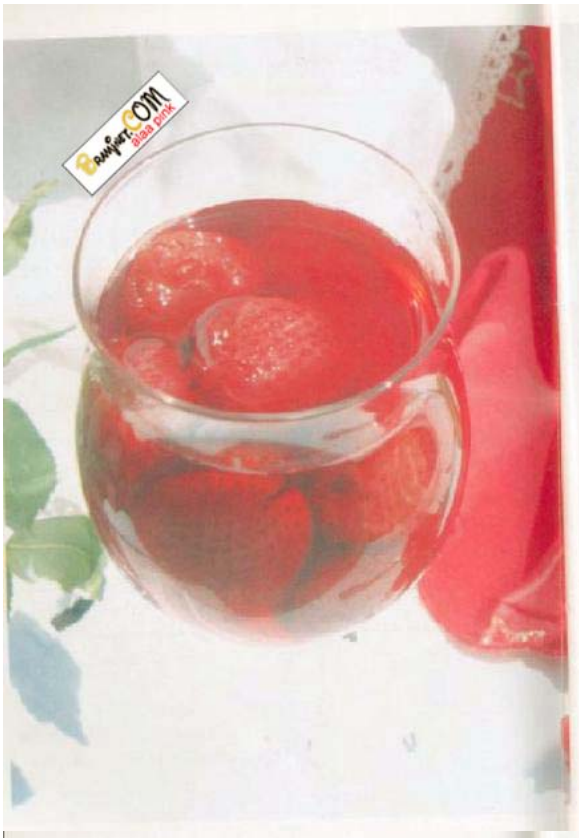
- 2 كلغ خوخ
- 500 غ سكرسنبدة
- 1 لتر ماء

طريقة التحضير

- يغسل الخوخ يوضع في ماء غليان مدة دقيقة ثم في ماء بارد و يقشر يقطع بالسكين أنصاف و تزال النواة.
- يحضر سيرو من السكر و الماء و يغلى مدة 10 دقائق.
- يوضع الخوخ في السيرو مدة 4 دقائق فقط ثم توضع الأنصاف في قنينات معقمة و تغطى بالسيرو الساخن.
- تغطى القنينات و تعقم في حمام مريم مدة 40 دقيقة في الفرن على درجة حرارة 100°.

ملحوظة

يختار الخوخ الحلب الذي يتوفر على لب برتقالي.



الفريز بالسيرو

المقادير

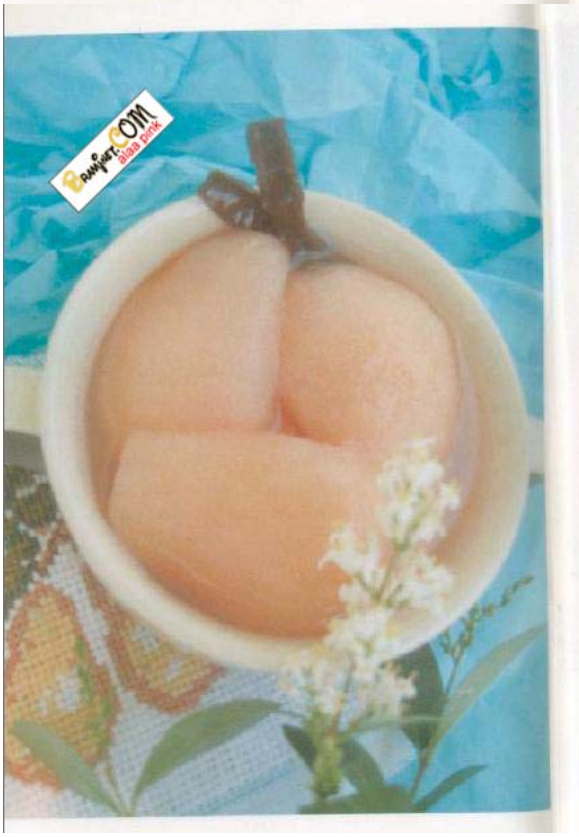
- 2 كلغ فريز
- 600 غ سكر سنيدة
- 1 لتر ماء
- عصير حامضة

طريقة التحضير

* يغسل الفريز جيدا و تزال الأوراق الخضراء
* يحضر سيرو من السكر و الماء حتى يغلى مدة 10 دقائق
* توضع الفاكهة في السيرو مدة 10 ثوان فقط بعد بداية الغليان و توضع في قنينات معقمة
* يترك السيرو فوق النار و يضاف إليه عصير الحامض و يترك يغلي مدة 5 دقائق.
* يغطى الفريز بالسيرو الساخن.
* تغطى القنينات وتعقم في حمام مريم مدة نصف ساعة في الفرن على درجة حرارة 100°.

ملحوظة

تختار الفاكهة من الحجم الصغير.



الإجاص بالسيرو

المقادير

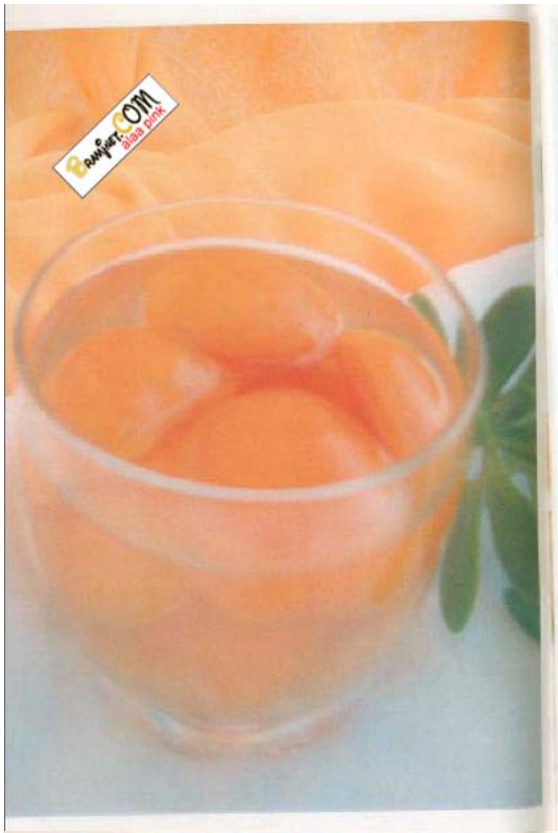
- 2 كلغ إجاص
- 300 غ سكر
- 1 لتر ماء
- 2 أعواد قرفة
- ملعقة صغيرة ملح (10 غ)
- عصير نصف حامضة

طريقة التحضير

* يقشر الإجاص و يقسم أرباع و تزال البزور.
* يوضع الإجاص في إناء ماء ملح بمقدار 10 غ لكل لتر ماء و عصير الحامض مدة عملية التقشير.
* يرمي الإجاص في ماء غليان مدة نصف دقيقة. و بسرعة يوضع في ماء بارد مدة 10 ثواني فقط.
* يملئ الإجاص في قنينات. يحضر السيرو بالماء السكر وأعواد القرفة يغلي مدة 10 دقائق ثم يغطى الإجاص به.
* توضع القنينات مغلقة في حمام مريم مدة نصف ساعة بالفرن على درجة حرارة 100°.

ملحوظة

يمكن تعويض القرفة بحبات الفرنفل.



المشمش بالسيرو

المقادير

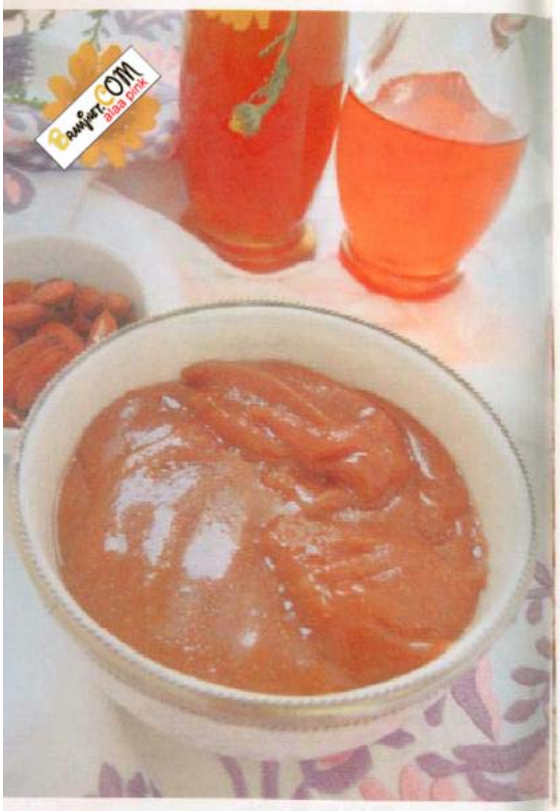
- 2 كلغ مشمش
- 500 غ سكر سنيدة
- 1 لتر ماء

طريقة التحضير

* بغسل المشمش، بقطع بالسكين أنصاف و تزال النواة.
* يحضر السيرو من السكر و الماء و يغلى مدة 10 دقائق.
* يوضع المشمش في السيرو فوق النار لمدة 5 دقائق فقط.
* توضع الأنصاف في قنينات معقمة جهة النواة للأسفل، ثم تغطى بالسيرو الساخن تغطى القنينات و تعقم في حمام مريمدة 40 دقيقة في الفرن على درجة حرارة 100°.

ملحوظة

تختار الفاكهة ناضجة و صلبة كي لا تتعجن.



أملو مكرمل

المقادير

- 250 غ لوز
- 250 غ عسل حر
- 1/4 لتر زيت أركان

طريقة التحضير

* يسلق اللوز ينقى و يقلى في قليل من الزيت ثم يوضع فوق ورق نشاف.
* يطحن اللوز في الخلاط الكهربائي حتى يصبح أملسا و يضاف إليه العسل ثم يخلط مرة ثانية.
* يوضع في إناء فوق نار معتدلة و تضاف زيت أركان حتى يصبح متجانسا و متماسكا.

ملحوظة

طريقة هذه الوصفة مبتكرة لتصبح سهلة الدهن كالمربى